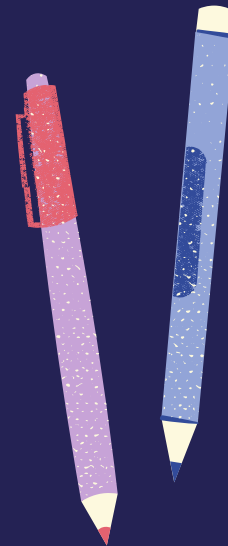


# Checkliste

10 ERFAHRUNGSBERICHTE – WIE  
ICH MOBBINGHANDLUNGEN  
ERKENNEN KANN





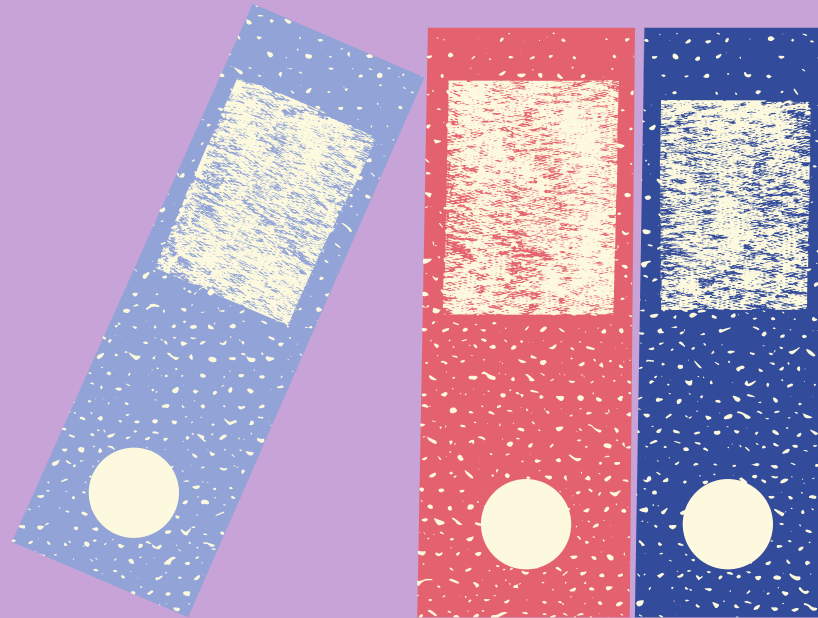
# 1. Unwohlsein zu Beginn des Tages.

"Morgens gehe ich ungern zur Arbeit. Ich fühle mich unwohl, wenn ich auf einen bestimmten Kollegen / Vorgesetzten treffe."



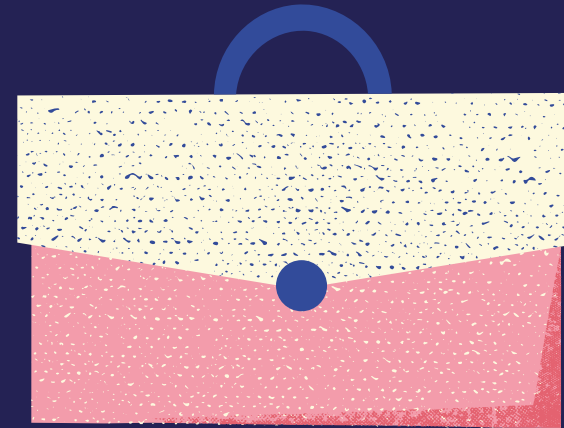
## 2. Das Gefühl von Isolation.

"Ich fühle mich ausgegrenzt bzw. isoliert. Gegenüber anderen Kolleg:innen habe ich das Gefühl, anders behandelt zu werden."



# 3. Entzug von Aufgaben.

"Mir wurden Aufgaben entzogen bzw. meine Position durch einen anderen ersetzt, ohne dass mit mir über die Veränderung gesprochen wurde."

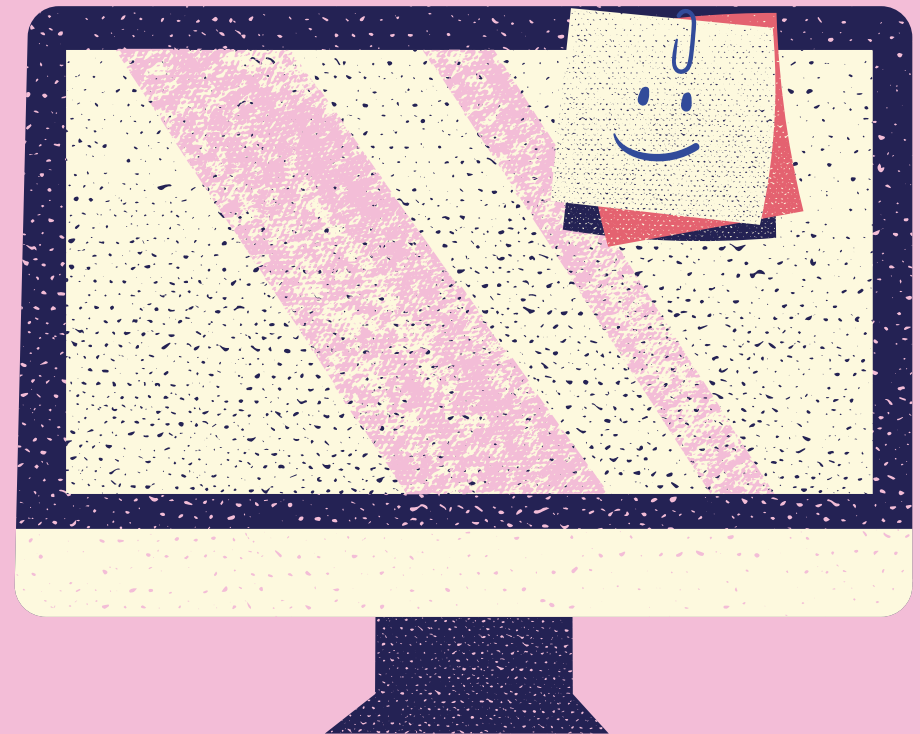


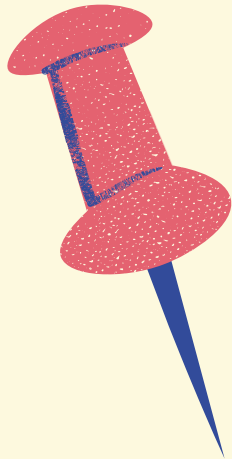
## 4. Zahlungs- rückstand / Verzug

"Mir wird in regelmäßigen Abständen das Gehalt zurückgehalten, obwohl es keinen Grund dafür gibt."

# 5. Kontrolle am Arbeitsplatz.

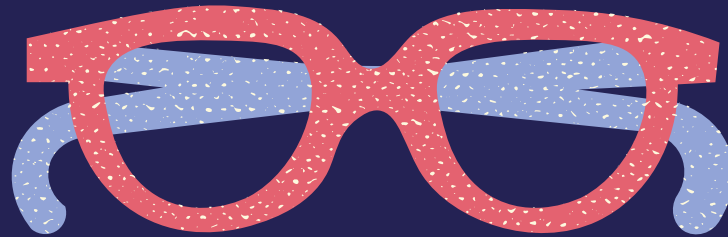
"Ich werde übertrieben am  
Arbeitsplatz kontrolliert."





## **6. Vorenthalten von wesentlichen Informationen.**

"Mir werden Informationen, die wesentlich für die Ausübung meiner Arbeit sind, bewusst vorenthalten."



## 7. Destruktive Kritik.

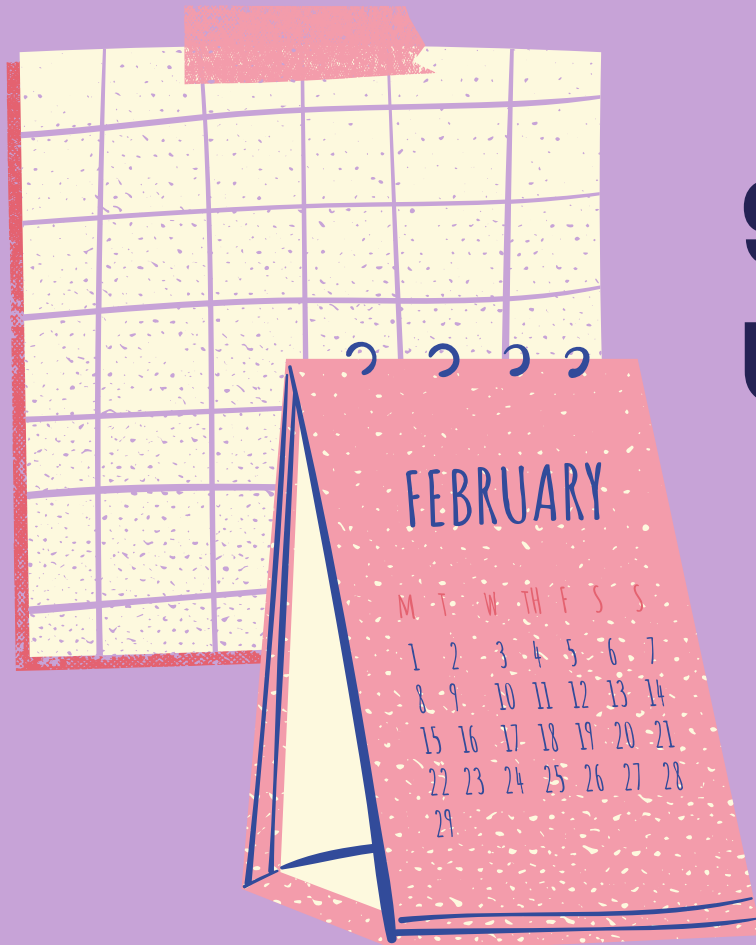
"Ich werde unsachlich und gnadenlos kritisiert.  
Ständig wird nach Fehlern gesucht, um sie gegen  
mich auszuschlachten."



# 8. Unterbindung von Kontakten.

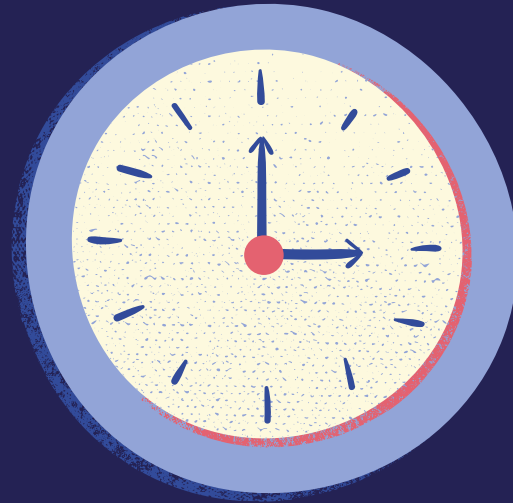


"Ich werde von Kolleg:innen und Vorgesetzten bewusst in der Alltagskommunikation ausgeschlossen."



# 9. Wahllose Urlaubsänderung

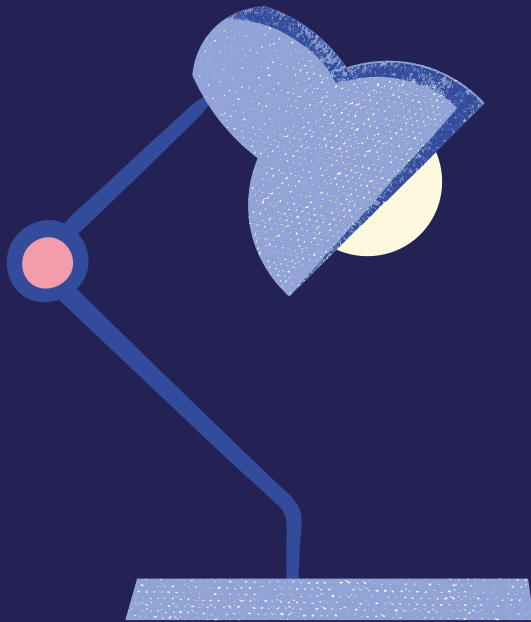
"Mein genehmigter Urlaub wird einfach zurückgenommen oder verschoben."



# 10. Mobbing wird geduldet.

"Mein Vorgesetzter / meine Beschwerdestelle / meine Personalverantwortlichen dulden die Mobbinghandlungen, indem sie nichts unternehmen, obwohl sie davon wissen."

# Auswertung



Wenn du dich in mindestens 2-3 Erfahrungsberichten wiedererkannt hast, sprechen viele Anzeichen dafür, dass MOBBING vorliegen könnte.

Schildere uns unverbindlich dein arbeitsrechtliches Problem und du erhältst erste Informationen, wie wir dir helfen können.